

**香港投球總會 主辦 康樂及文化事務署 資助 教育局 協辦**  
**學校體育推廣計劃 — 投球**  
**《活動章程》**

活動類別	運動示範	簡易運動計劃	外展教練計劃
活動摘要			
活動對象	中學及小學學生	小四或以上小學學生	中學學生
內容簡介	播放介紹基本投球活動錄影帶 投球規則、友誼賽及同樂。	訓練內容包括: 接球、傳球、步法、進攻、肩上傳球、防守技巧、射球、比賽規則。	投球進階技巧, 包括: 接球、傳球 步法 進攻 肩上傳球 防守技巧、射球、比賽規則及戰術運用等。
場地需求	面積約一個排球場大小, 樓高最少 12 呎的室內或室外場地		籃球場或投球場
報名費用	每節 250 元 (同日延續每節收費 205 元)	每課程 600 元	每課程 730 元
由學校提供的器材	錄影帶或 VCD 放映及音響器材	不適用	於第一課首半小時提供錄影帶或 VCD 放映及音響器材
活動時數	每節 2 小時	每課 1 小時, 共 8 小時 (8 課)	每課 1.5 小時, 共 9 小時 (6 課)
每班/節預算參加人數	30-70 人	20 人	20 人
建議活動日期/時間	星期一至星期五 上午 8 時至下午 6 時 星期六 上午 8 時至下午 1 時		星期一至星期五 下午 3 時至下午 6 時 星期六 上午 8 時至下午 2 時
章別獎勵計劃	不適用	設金、銀或銅章 (詳情請參閱備註 4)	不適用
報名表格	運動示範報名表(第 91 頁)	簡易運動計劃報名表(第 77 頁)	外展教練計劃報名表(第 81 頁)
報名辦法	將活動報名表連同報名費的支票(每一節的申請需一張支票, 抬頭書「HONG KONG NETBALL ASSOCIATION LTD.」, 並在支票背面寫上學校名稱), 寄回下列地點。	<ol style="list-style-type: none"> <li>將活動報名表連同報名費的支票(每一節的申請需一張支票, 抬頭書「HONG KONG NETBALL ASSOCIATION LTD.」, 並在支票背面寫上學校名稱), 寄回下列地點。</li> <li>若總會已按申請安排教練, 而最終學校要求取消活動, 總會將會從報名費中扣除 244 元, 作為安排課程的行政費用, 而餘額會由總會直接退還學校。</li> </ol>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>將填妥的報名表連同支票一併寄回: 沙田排頭街 1-3 號康樂及文化事務署總部 1 樓 學校體育推廣小組收。</li> <li>有關舉辦活動的申請日期, 請參照活動簡介內的申請辦法。(第 6 頁)</li> <li>若體育總會/康文署未能安排有關活動, 所遞交的支票款項將發還學校。</li> </ul>		
查詢電話 / 網址	2601 7602 / <a href="http://www.lcsd.gov.hk">http://www.lcsd.gov.hk</a>		

- 備註：
- 學校宜安排年滿 18 歲的負責人或老師監督活動進行。
  - 為鼓勵學生積極持續參與體育運動, 建議學校可訂立及申請整個學期 (約 6 個月) 的訓練課程, 以便教練可按時為學生作技術進度評估。
  - 同學應穿著適當運動服裝及運動鞋上課。
  - 凡參與簡易運動計劃投球訓練班的學員, 將由教練於課程完結前進行技術評核, 成績達標的學員將獲康樂及文化事務署免費頒發章別及證書。詳情請參閱「學校體育推廣計劃 - 投球章別獎勵計劃手冊」。
  - 凡於 2008 年內曾參加簡易運動計劃訓練的學校, 可優先參加本署於 2009 年舉辦的「校際簡易運動大賽 - 投球比賽」, 詳情容後公佈。